



Øre-, næse-, halslæge

HOLTE

Patientinformation :TINNITUS

Alle lyde i ørerne, som ikke kan høres af andre end en selv, kaldes tinnitus. Tinnitus er ikke en sygdom i sig selv. Næsten alle mennesker kender til det fænomen, at der kortvarigt kan være en tone for øret eller ørene. Hvis man placerer 100 mennesker i et såkaldt lyddødt rum uden udefra kommende lyde, vil 95 af dem berette, at de alligevel hører forskellige former for lyde. Lydene, der faktisk er temmelig svage, kommer fra det indre øre eller hørenerven. Nogle kalder lydene "hjernens egen musik", mens andre kalder det for "djævlens orkester". Tinnitus kan skyldes støjskade, som kan være kommet længe inden tilstanden opstår.

Hos folk, der lider af tinnitus, høres lydene i det daglige, og for den enkelte kan det være meget generende. Ofte vil det være mest generende i begyndelsen, og selv om tinnitus ikke ændrer sig, vil generne blive mindre for som regel til sidst at forsvinde; Man har så vænnet sig til ørets egne lyde. Lydene er mest generende, når man er i stille omgivelser, f.eks. når man skal lægge sig til at sove.

Hvis man har generende tinnitus, vil man blive undersøgt hos øre-næse-hals-lægen, som undersøger alle hjernenerverne og laver en høreprøve. Tinnitus kan være forbundet med hørenedsættelse især de lyse toner. Ørets egne lyde høres tydeligere, fordi baggrundsstøjen høres mindre tydeligt.

I ganske enkelte tilfælde skyldes tinnitus sygdomme i mellemøre eller på hørenerven, hvilket vil blive be- eller afkræftet ved undersøgelsen hos specialisten, evt. suppleret med yderligere undersøgelser på en hospitalsafdeling.

Hvad kan give tinnitus?

Tinnitus er et symptom, som kan have mange forskellige årsager. Alle øresygdomme kan være ledsaget af eller forårsage tinnitus.

Tinnitus optræder oftest sammen med nedsat hørelse på grund af alder eller i forbindelse med, at man i mange år har været udsat for en kraftig støjpåvirkning. Sansecellerne i det indre øre (hårcellerne) kan have taget skade, hvilket medfører, at forkerte nervesignaler bliver sendt til hjernen. Disse signaler kan så opleves som tinnitus lyd.

Visse former for medicin kan udløse tinnitus. F.eks. kan acetylsalicylsyre (i Aspirin, Kodimagnyl etc.) i høje doser give tinnitus.

I nogle tilfælde kan tinnitus opleves i forbindelse med muskelspændinger i hoved, nakke eller skuldre. Derimod



Øre-, næse-, halslæge

HOLTE

optræder tinnitus sjældent efter f.eks. et slag mod hovedet eller et ulykkestilfælde med piskesmæld. Når tinnitus er opstået, søger de fleste mennesker med tinnitus efter en forklaring på symptomet. Herved kan der opstå forestillinger om, at tinnitus måske er tegn på f.eks. en hjernesvulst, en blodprop i hjernen eller lignende. Mange er også bekymrede for, om deres høreevne bliver påvirket med f.eks. døvhed til følge. Heldigvis er tinnitus kun i meget sjældne tilfælde et symptom på en alvorlig sygdom.

Og tinnitus forårsager ikke døvhed. For at undgå unødige bekymringer bør man derfor altid kontakte en ørelæge eller blive henvist til en audiologisk afdeling for at blive undersøgt.

Hvad bliver tinnitus ofte kædet sammen med?

Tinnitus bliver ofte forbundet med belastende psykologiske tilstande og påvirkning af personens sociale liv. Stress, anspændthed, koncentrationsbesvær, følelse af træthed og forstyrret søvn er forhold, som nogle gange forbindes med tinnitus. Dog skal man være forsigtig med at generalisere, da mange mennesker med tinnitus ikke oplever disse gener. Derimod kan fokusering på sådanne gener og negative konsekvenser øge en naturlig bekymring, hvorved f.eks. stress og muskelspænding kan opstå.

En ond cirkel kan fremkomme, hvor man føler, at tinnitus tager til i styrke og giver mere ubehag, som så igen øger muskelspændingerne. Om aftenen/natten, når det bliver mere stille i omgivelserne, vil tinnitus kunne opleves kraftigere og mere dominerende. Nogle mennesker med tinnitus kan derfor opleve, at søvnen bliver påvirket. Det kan blive sværere at falde i søvn, eller det kan ske, at man vågner og pga. tinnitus lyden oplever ikke at kunne falde i søvn igen. Forstyrret eller manglende søvn kan herefter påvirke de daglige gøremål. Når tinnitus lyden bliver oplevet som forstyrrende og ubehagelig, kan også koncentrationsevnen blive påvirket.